

2018年4月 - 6月 中心活動通訊

首日報名日

3月11日(星期日)
下午2:45至5:30

報名地點：筲箕灣利嘉中心 15樓



首日報名日報名參加任何一項收費活動或以上，可獲
2018 暑期家庭活動現金代用券\$10

港島東區

電話：3188 9004

傳真：3188 9934

地址：筲箕灣道 361 號利嘉中心 15 樓
1501-1505 室

電郵：hkefdsc@bokss.org.hk

灣仔區

電話：3413 1664

傳真：3413 1665

地址：灣仔愛群道 36 號 1 樓

網址：<http://hkefdsc.bokss.org.hk>

目錄



會員須知	P.01 – P.02
首日報名日須知及流程	P.03
幼兒及兒童篇	P.04 – P.09
親子篇	P.10 – P.11
拉闊人生 Life 婦女小組	P.12 – P.14
婦女篇	P.15
家長篇	P.16
自修室服務介紹	P.17
義工活動	P.18
活動報名表	中間大頁

免費做會員！

申請會員須知：

1. 免費登記成為本中心會員，永久有效，可獲發會員証及迎新小禮物乙份。
2. 每個家庭中有一位成員是會員，其直屬家庭成員也自動成為會員。
3. 如有任何爭議，本中心保留最終之決定權。
4. 本中心會員系統只供浸信會愛羣社會服務處港島東家庭成長及發展服務中心使用，並不適用本機構其他單位。
5. 如欲取消會籍，請來函、致電或電郵通知本中心。
6. 如不欲本中心使用你的個人資料作此通訊用途，請來函、致電或電郵通知本中心。
7. 活動中團體照片將有機會用作本中心活動宣傳用途，敬請留意。

活動報名方法：(首日報名日後本中心辦公時間內)

1. 親臨報名：填妥活動報名表格及繳費 (不設找續，敬請留意)。
2. 電話報名：可電話留位，並需於 3 個工作天內 到本中心繳費作實，逾期無效。

報名指引及繳費須知：

1. 本中心接受現金或劃線支票繳費。支票抬頭「浸信會愛羣社會服務處」(Baptist Oi Kwan Social Service)。
2. 請在支票背面寫上姓名、聯絡電話及報讀課程名稱，恕不接受期票。
3. 參加者報名後，獲發活動收據，請當面核對收據資料無誤，並妥善保管直至活動結束。
4. 若參加者因個人原因退出活動，所繳交之費用恕不退還，所報名之名額亦不得轉讓。
5. 如因活動報名人數不足，本中心有取消或更改活動的權利，並儘快通知報名者。報名者須於通知日期兩星期內帶同活動收據到本中心辦理退款手續，逾期作廢。退款手續需時約一個月並以支票發還退款給報名者。
6. 所有活動安排如有更改，則以本中心最後公佈為準。
7. 遇特別情況或受惡劣天氣影響，本中心保留更改活動日期、時間、地點及導師的權利。
8. 個人資料收集聲明：報名表提供資料，本中心將保密，並只用作處理活動和服務事宜。



中心開放時間：*星期日及公眾假期休息

時段/Period	時間 / Time	一 Monday	二 Tuesday	三 Wednesday	四 Thursday	五 Friday	六 Saturday
早 Morning	9:00am-1:00pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓
午膳 Lunch	1:00pm-2:00pm	休息 Closed					
午 Afternoon	2:00pm-6:00pm	✓	✓	✓	✓	✓	✗
晚膳 Dinner	6:00pm-7:00pm	休息 Closed					
晚 Evening	7:00pm-10:00pm	✓	✓	✓	✓	✓	✗

雷暴警告及颱風訊號之安排：

天氣情況	中心設施	室內活動	戶外活動	
			一般戶外活動	山野及水上活動
雷暴警告	✓	✓	視乎天氣情況而定	✗
黃色暴雨警告	✓	✓	視乎天氣情況而定	✗
紅色暴雨警告	✓	★	✗	✗
黑色暴雨警告	★	★	★	✗
1 號風球	✓	✓	✓	視乎天氣情況而定
3 號風球	✓	✓	✗	✗
8 號或以上風球	✗	✗	✗	✗
酷熱天氣警告	✓	✓	✓	視乎天氣情況而定
寒冷天氣警告	✓	✓	✓	視乎天氣情況而定

- ✓ 中心正常開放，活動如常舉行。
- ✗ 若中心未開放，將會暫停開放；若活動未開始，將取消或延期舉行；
若中心已開放或活動進行中，中心會視乎天氣情況，安排參加者的去留。
- ★ 中心暫停開放，活動將會取消或延期舉行。

首日報名日須知及流程

1

先提早辦妥
做免費會員

即日起請於本中心
辦公時間往中心接待處
辦理



2

首日報名日

3月11日(星期日)

下午2:45至5:30

報名地點：

筲箕灣利嘉中心 15樓

2a. 請帶備會員證於當日指定時間來辦理報名手續及繳費(不設找續，敬請留意)；

2b. 首日報名日只可親自報名不可代報或留位

隆重預告

2018 暑期活動首日報名日暨
開心活動體驗日

日期：2018年5月6日(星期日)

時間：下午2:45 - 5:30

地點：筲箕灣利嘉中心 15樓

內容：暑期活動首日報名日、不同主題
兒童體驗活動，即場免費參加



睇電影學英文

活動編號:	201	
日期:	3/4 (星期二)	
時間:	下午 3:00 - 5:30 (2.5 小時)	
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室	
對象:	6-11 歲	
內容	透過欣賞英文電影，愉快地和琛姐姐學習一些英文的詞語、文法及說話技巧，從而培養小朋友對英文興趣。	
名額:	10 人	
收費:	\$20 (包筆記、小食及飲品)	
職員:	關詠琛姑娘 (琛姐姐)	



在兒童節奔跑吧



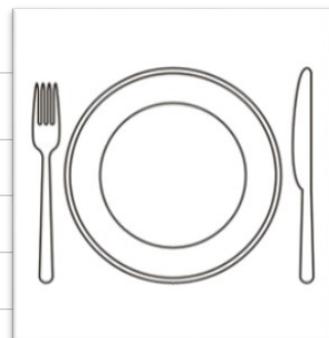
活動編號:	202
日期:	4/4 (星期三)
時間:	下午 2:00 至 5:30 (3.5 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室及區內戶外地方
對象:	9-11 歲
內容	讓小朋友透過一連串的智慧及毅力大考驗，體會合作的重要性，藉此提升小朋友的領袖才能及增進人際溝通智能。活動內容包括團隊訓練、尋寶考驗、競技遊戲等
名額:	9 人
收費:	\$30 (包茶點)
職員:	嚴嘉明先生 (註冊社工)
備註:	本活動部份時間將分組出外活動，導師與參加者比例為 1:3



以下兩個活動可連續報名參加，將會有專人安排活動之間接送。

「儀」童下廚樂

活動編號：	203
日期：	21/4 (星期六)
時間：	下午 2:00 - 3:30 (1.5 小時)
地點：	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象：	6-8 歲
內容	動動手，一起製作簡易牛油果香蕉細卷後，將會教授小朋友基本餐桌和社交禮儀，學習做一個好「儀」童。
名額：	8 人
收費：	\$30 (包材料)
職員：	陳佩玲姑娘 (Pauline 姑娘)
備註：	請自備食物盒



創意水墨畫

活動編號：	204
日期：	21/4 (星期六)
時間：	下午 3:30 - 5:30 (2 小時)
地點：	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象：	6-8 歲
內容	透過專業導師教授甚具創意的水墨畫；讓兒童感受一下這項有趣而富文化特色的活動。專業導師會教授水墨畫的基本用筆、配色和構圖等，由淺入深學習有關特定主題的創作，提昇兒童對這項傳統中國藝術的興趣。
名額：	8 人
收費：	\$20
職員：	嚴嘉明先生 (註冊社工)
備註：	由專業水墨畫導師負責教授水墨畫



飛躍領袖路

活動編號:	205	
日期:	28/4 (星期六)	
時間:	下午 2:30 -4:30 (2 小時)	
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室	
對象:	9-11 歲	
內容	透過不同的遊戲讓參加者面對挑戰，從而作出個人突破，增加自信心；活動同時讓參加者學習溝通合作的技巧，成為一個懂得與人、與自己及與環境相處的人，發揮領導才能。	
名額:	8 人	
收費:	\$30	
職員:	施淦明先生 (施 Sir)	

母親節大製作

活動編號:	206	
日期:	5/5 (星期六)	
時間:	下午 2:30-4:30 (2 小時)	
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室	
對象:	6-8 歲	
內容	(一) 手作篇：最好的母親節禮物當然是子女親手製造的紙玫瑰花束！製花過程中更能訓練參加者的專注能力。 (二) 飲食篇：一起製作可愛布丁造型的小湯圓，參加者既樂在其中，又能為母親送上溫暖。	
名額:	10 人	
收費:	\$80 (包材料及茶點)	
職員:	陳佩玲姑娘 (Pauline 姑娘)	
備註:	請自備餐盒及餐具	

扭扭金屬線



活動編號:	207
日期:	12/5 (星期六)
時間:	下午 2:30- 4:00 (1.5 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓培訓室
對象:	9-11 歲
內容	千變萬化的金屬線 – 與大家一起扭出自己的名字，製作個人特色的作品！可以作為飾品、卡片座，又可當作禮物。喜歡做小手工的你快點報名參加啦！
名額:	6 人
收費:	\$30
職員:	劉芷程姑娘

玩轉英語遊樂園



活動編號:	208
日期:	19/5 (星期六)
時間:	下午 2:30 -4:30 (2 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象:	6-8 歲
內容	透過英語遊戲、音樂及故事等，讓小朋友在小班教學的英語環境下，輕鬆地靈活運用英語，提升小朋友對英語的興趣。
名額:	6 人
收費:	\$80
職員:	梁善雯小姐 (Ms Kelsie Leung)



齊來 DIY : 爆炸盒大製作

活動編號:	209
日期:	26/5 (星期六)
時間:	下午 1:00 - 2:30 (1.5 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象:	9-11 歲
內容	近來手工卡很流行，今次就有爆炸盒的教學，裏面包含不同的機關與驚喜。想造一個來送給好朋友嗎？齊來花花心思動手製作吧！
名額:	5 人
收費:	\$40
職員:	黃詠淇姑娘
備註:	請自備食水



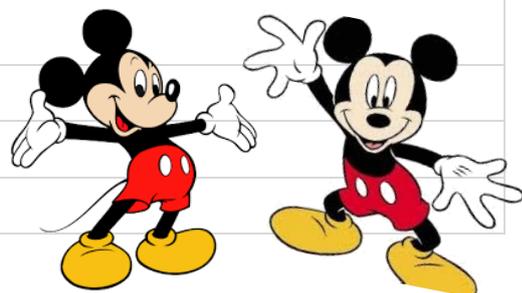
芋圓糖水教室

活動編號:	210
日期:	26/5 (星期六)
時間:	下午 2:45- 4:45 (2 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象:	6-11 歲
內容	芋圓是台灣的傳統甜點，既煙韌又清甜，適合夏日享用。愛吃甜品的你齊來動手製作台式芋圓糖水！
名額:	6 人
收費:	\$40
職員:	張明欣姑娘



齊來畫迪士尼人物

活動編號:	211
日期:	26/5 (星期六)
時間:	上午 11 : 00 – 12 : 00 (1 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象:	4-5 歲幼童
內容	教授幼兒於課堂中運用 <u>簡單線條</u> 去畫出米奇老鼠，從而訓練他們的小肌肉及專注力。 (參加者可獲一盒迷你木顏色)
名額:	6 人
收費:	\$20
職員:	袁凱恩姑娘



從聽故事到畫圖畫

活動編號:	212
日期:	9/6 (星期六)
時間:	上午 11 : 00 – 12 : 00 (1 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象:	4-5 歲幼童
內容	活動以講故事作開始以引領小朋友的思維，透過發問來啟發小朋友創意及表達能力，最後小朋友以畫畫中的圖像來鞏固記憶，培養小朋友閱讀的興趣。
名額:	6 人
收費:	\$20
職員:	李泳思姑娘 (註冊社工)



親子郊遊風箏樂

活動編號：	213
日期：	22/4 (星期日)
時間：	上午 9:30 - 下午 4:30 (7 小時)
集合及解散：	筲箕灣道兒童遊樂場 (利嘉中心地下左面小公園)
地點：	清水灣郊野公園 (大坳門)
對象：	親子
內容	首先一家大細小遠足 (清水灣樹木研習徑，位於清水灣郊野公園內，全長約 1.2 公里，約 30 分鐘路程，平路易行)，步入樹徑數十步後仿如置身森林的感覺，縱是滿載陽光仍能感到涼意。其後進行親子互動遊戲，緊張刺激，午膳自備 (或可於小賣部自費購買輕便小食)，下午親子一同放風箏，好好享受親子時間！
名額：	100 人
收費：	\$20 (大小同價，包來回旅遊巴交通費，不包午膳)
職員：	嚴嘉明先生 (註冊社工) / 梁善雯姑娘
備註：	<ul style="list-style-type: none">● 請自備午膳、食水及風箏 (或可於活動場地小賣部自費購買)● 當遊人眾多時，請小心風箏線及照顧小朋友



親親農莊家庭樂

活動編號：	214
日期：	26/5 (星期六)
時間：	下午 1:00 -5:30 (4.5 小時)
集合及解散：	筲箕灣道兒童遊樂場 (利嘉中心地下左面小公園)
地點：	清新地有機農莊 (西貢白水碗，科技大學旁)
對象：	3 歲以上幼童及其家長
內容	<p>有機會一嘗耕種樂趣，又想一家大細親親大自然?現在可以透過參觀有機農莊，滿足以上願望。暢遊有機莊園除可認識農莊工作，更可探訪山羊，而且農莊更設有兒童遊樂設施，讓小孩玩得不亦樂乎。盼望透過是次農莊體驗活動，享受與家人親親大自然以及玩樂的時刻。</p> <p>精彩活動內容如下：</p> <ol style="list-style-type: none">1) 農莊導賞2) DIY 英式鬆餅3) DIY 香草盆栽製作
名額：	58 人
收費：	\$120 (大小同價，包來回旅遊巴交通費，不包午膳)
職員：	許嘉希姑娘 (註冊社工) 及陳嘉露姑娘 (註冊社工)
備註：	<ul style="list-style-type: none">● 請穿著輕便運動服裝● 請自備防曬及防蚊用品● 旅遊巴抵達後需步行 10-15 分鐘才到達農莊，不建議攜帶嬰兒手推車。



拉闊人生 Life 婦女小組



● 宗旨及目標：

「拉闊人生 Life 婦女小組」中的「拉」與「Life」音相近，喻意透過學習和分享，將不同的生命拉近，擴闊自己的人生視野！婦女小組希望招集區內的婦女，透過參與連續性的活動，建立健康的自我形象，認識更多社區婦女，從互動中建立更闊的生活圈，為你的生活增添更多顏色！

● 內容：

每一季將舉辦兩次婦女小組，擬定每月中中的星期二舉辦。主題圍繞婦女生活、親子相處、工作、娛樂、美容護膚、運動、健康飲食、情緒管理等，若你願意分享個人技能，歡迎為小組加入更多新元素！

● 加入拉闊人生 Life 婦女小組方法:

透過中心首日報名日或親臨中心報名。

● 優惠：

1) 儲蓄計劃

同時參加兩個婦女活動:「溫馨插花班」及「身心靈滿分! 之伸展瑜珈」，即時成為拉闊人生 Life 婦女小組會員，會員享有儲蓄卡，每參加一個婦女活動可獲印章一枚，半年內儲夠 3 個，便享有一次免費婦女活動！

2) 開心 Share

介紹朋友一同參加婦女活動，即可獲一個印章！

(一) 溫馨插花班

活動編號:	215
日期:	17/5、24/5 及 31/5 (逢星期四)
時間:	上午 11:00 – 中午 12:30 (1.5 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象:	區內婦女
內容	參加者於連續三堂的插花班中能將學習初步認識插花技巧及知識。專業導師會示範及從旁指導如何將不同形態的花材設計成有層次感的花藝作品。
名額:	8 人
收費:	\$320/人 (已包三堂花材及導師費，參加者可將自己每堂創作的作品帶回家！)
職員:	許煒珊 (珊姑娘)
備註:	<ul style="list-style-type: none">● 由專業插花班導師休老師負責● 不設獨立課堂報名



(二) 身心靈滿分! 之伸展瑜珈



活動編號:	216
日期:	10/6 及 26/6 (逢星期二)
時間:	上午 10:30-11:45 (1.25 小時)
地點:	筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室
對象:	區內婦女
內容	課堂主要以熱身、伸展及學習按摩為主。透過學習多個瑜伽式子、呼吸、休息法、靜坐法等，令身體內外得到適量的運動，及透過練習達致心平氣和，精神得到鬆弛，強化身心，完成兩堂後，學員將初步認識舒緩肌肉的方法及瑜珈入門技巧，每天練習更有助改善精神及睡眠質素，適用於想調整身體、關注健康的你！
名額:	6 人
收費:	\$50 (
職員:	許煒珊 (珊姑娘)
備註:	<ul style="list-style-type: none">● 學員需自備大毛巾及穿著運動服裝● 為拉闊人生 Life 婦女小組指定免費活動



優質保姆證書培訓課程

活動編號：	217
日期：	[港島東區] 20/4 (五)、24/4(二)、27/4(五) [灣仔區] 18/5 (五)、24/5(四)、25/5(五)
時間：	上午 10 : 30 – 12 : 30 (時間暫定)
地點：	[港島東區] 筲箕灣利嘉中心 15 樓活動室 [灣仔區] 灣仔愛群道 36 號 1 樓
對象：	區內婦女
內容	若果你想充實自己，又喜愛小朋友，歡迎加入「社區保姆」，發展湊仔所長！ 課程介紹： 1) 社區保姆的照顧範圍與角色 2) 0-9 歲兒童的成長發展範疇及特質 3) 家居安全的危機意識 突發事件應對手冊
名額：	8-10 人
收費：	全免 (3 節)
職員：	許嘉希姑娘 (註冊社工) 及張駿邦先生 (註冊社工)
備註：	<ul style="list-style-type: none">● 學員的總出席率達 100%可獲頒發畢業證書● 畢業學員若照顧幼兒滿 40 小時，可出席照顧經驗交流會



非凡家長小組

讓家長持續學習和互相交流，透過這個學習的平台，
家長們能一起在培育子女的路上同心同行。

活動編號：	218
日期：	13/3, 10/4, 16/5, 12/6, 10/7 [每月第二個星期二；5月份除外]
時間：	上午10：00 – 12：00 (2小時)
地點：	筲箕灣利嘉中心 15樓活動室
對象：	育有K1-K3 幼兒之家長
內容	<p>小組強調一套管教的反思模式，以生活化的情景，幫助家長了解自己的管教模式，建立正面管教價值觀。家長於課後需要完成家課，以助下一節小組學習及討論。</p> <p>課程內容：</p> <ul style="list-style-type: none">● 舊方法只會得到舊結果-有效的父母管教● 友聽友講一家人談話秘笈● 培養孩子健康情緒—喜怒哀悶● 天天長大—身心發展階段的焦點● 培養自主—何時管什麼，何時不管什麼● 有心有力—家長情緒升降機
名額：	12人
收費：	\$300 (6堂)
職員：	許嘉希姑娘 (註冊社工) 及李泳思姑娘 (註冊社工)
備註：	歡迎家長於第一節至第二節隨時加入我們



自修室服務

免費



浸信會愛羣社會服務處
BAPTIST OI KWAN SOCIAL SERVICE

港島東家庭成長及發展服務中心
Hong Kong East Family Development Services Centre

自修室服務

全年開放

開放時間：星期一至五

晚上 7:30-9:45 時段

(公眾假期除外)

環境寧靜

容易集中精神溫習

可即時成為會員，免費使用自修室

★歡迎就讀中一或以上
會員使用



地址：香港筲箕灣筲箕灣道 361 號利嘉中心 15 樓 1501-1505 室

電話：3188 9004

傳真：3188 9934

網址：<http://hkefdsc.bokss.org.hk>

招募理財教育大使

- 協助「Get \$et Go! 理財工作坊」
內活動攤位
- 向中學生推廣正確理財概念及理財元素，
如儲蓄、投資、保險、借貸等
- 完成每次活動（約4小時）後會為每位義工提供義工
津貼



活動簡介及基礎課程

內容：教授理財概念、
理財遊戲實踐、
入校活動注意事項



報名方法

- 填妥申請表格後將表格親身交到本中心或以電郵
（hkefdsc@bokss.org.hk）或傳真（3188-9934）回覆
- 收到表格後將會通知訓練課程日期

備註：

- ◆ 出席訓練課程及入校服務活動可計算義工時數
- ◆ 入校服務次數最終按實質派發入校數量而定

香港筲箕灣筲箕灣道361號利嘉中心15樓1501-1505室

查詢：電話：3188 9004 傳真：3188 9934 WhatsApp: 5984 3500
Facebook: www.fb.com/hkefdsc



浸信會 愛羣社會服務處

BAPTIST OI KWAN SOCIAL SERVICE

港島東家庭成長及發展服務中心

Hong Kong East Family Development Services Centre

